

Wer schon mal bei einer ganzheitlich orientierten Kosmetikerin war kann sicher darüber berichten, dass es hierbei nicht ausschließlich um Schönheitspflege geht, sondern dass bei einer solchen Behandlung der Mensch als Ganzes betrachtet wird. Anstelle von Apparaten oder Stromanwendungen hat hier die „Be-handlung“ ihre ursprüngliche Bedeutung.

Warm eingehüllt lösen sich durch sanften Druck der Hände an Gesicht, Kopfhaut und Nacken Anspannungen und Verkrampfungen. So angenehm passiv-werdend stellt sich rasch eine tiefe und anhaltende Entspannung ein. Die Auswahl der Pflegeprodukte spielt eine besondere Rolle: Bei der konventionellen Kosmetik



Arnikaöl

wird üblicherweise eine schematisierte Hauttypeneinteilung vorgenommen. Für drei oder vier verschiedene Hauttypen werden komplette Pflegeserien angeboten, die aufeinander abgestimmt sind.

Be-hand-lung

Ganzheitlichkeit bedeutet jedoch den Menschen nicht auf sein Gesicht und seinen Körper zu reduzieren. Der Zustand der Haut ist so individuell und veränderlich wie der Mensch selbst. Die Haut ist ein Spiegel körperlichen und seelischen Befindens, sie reagiert sehr sensibel auf innere und äußere Einflüsse. Sonne, Hitze, Kälte und Trockenheit belasten die Haut. Hormonelle Veränderungen wie in der Pubertät oder ein nachlassender Östrogenspiegel und die somit verminderte Kollagenproduktion verändern den Hautzustand sichtbar. Ernährungs- und Lebensweise, Erkrankungen oder Medikamente

Bio für die Haut

Annette Höffken

beeinflussen das Hautbild. Die verschiedenen Rhythmen wie Tag/ Nacht, Sommer/ Winter erfordern eine angepasste Pflege.

Deshalb spricht man in der ganzheitlichen Kosmetik nicht von Hauttyp, sondern vom momentanen Hautbild, welches in der Auswahl der Pflegeprodukte zu berücksichtigen ist.



Schwertlilie

Im Sinne einer langfristigen Gesunderhaltung ist eine ganzheitliche Naturkosmetik bestrebt, eine Regulierung und Normalisierung des Hautbildes zu erlangen, anstatt Symptome zu behandeln.

Eine breite Palette an Pflanzen, die der Gesund-

erhaltung der Haut dienen, bietet z.B. die anthroposophische Kosmetik. Die **Malve** wirkt hier

hochwertige Öle

mit ihren reizlindernden Schleimstoffen bei der sehr trockenen, zur Verhärtung neigenden Haut erweichend und einhüllend. Auszüge der **Schwertlilie** (*Iris germanica*) fördern die Selbstregulation der Haut, um Fett- und Feuchtigkeitshaushalt zu optimieren. Mit ihrer einzigartigen Fähigkeit, im Wurzelbereich Wasser zu speichern, dient sie der Haut als Vorbild.

Eine Selbstverständlichkeit bei der Wahl der Kosmetikprodukte sollte der Verzicht auf Tierversuche und auf synthetische Hilfsstoffe sein, am besten kommen pflanzliche Rohstoffe aus biologisch-dynamischem Anbau zur Verwendung. Auf Mineralölanteile (Paraffinöl) in Kosmetika, die bei den meisten handelsüblichen Produkten eingesetzt werden, wird gänzlich verzichtet. Mineralöle, wie die daraus hergestellten Fette wie Vaseline können vom menschlichen Stoffwechsel nicht verwertet werden. Sie liegen als abdichtende Schicht auf der Haut und beeinträchtigen bei großflächiger Anwendung die Hautfunktion.

Stattdessen kommen hochwertige Pflanzenöle zum Einsatz, die in die Haut einziehen können und feuchtigkeitsbewahrend wirken, ohne die Haut abzudichten. Sie sind in Ihrer Struktur



den körpereigenen Fetten sehr ähnlich und können in die Stoffwechselprozesse der Haut einfließen.

Regeneration

Ein für die Gesichtspflege besonders wirksames Samenöl ist das **Rosa Mosqueta-Öl**, welches auch unter dem Namen Moschusrosenöl, Wildrosenöl oder Hagebuttenkernöl bekannt ist. Es ist besonders reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren (Linolsäure und alpha-Linolensäure) und unterstützt die Regeneration der Haut besonders bei nachlassender Elastizität. Die darin enthaltene natürliche Vitamin A-Säure wirkt sanft belebend und erleichtert das Abschuppen der Hornzellen. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für eine reine und klare Haut. Aufgrund der hautglättenden Wirkung wird es auch erfolgreich zur Narbennachbehandlung eingesetzt.

Ganzheitliche Kosmetik ist nicht nur äußere Schönheitspflege, sondern dient dem allgemeinen Wohlbefinden und der Entspannung. Eine sanfte, lebensfreundliche und funktionsfördernde Hautbehandlung ist unerlässlich zur Aufrechterhaltung der Harmonie zwischen innerer Ordnung und äußerer Schönheit. Eine Behandlung mit kostbaren Pflanzenessenzen wird dadurch zu einem ganz besonderen Verwöhnerlebnis, woraus Wohlgefühl, Lebensfreude und Energie resultieren.

Quelle Pflanzenfotos und Gläser: Weleda Archiv



Annette Höffken

staatlich anerkannte Kosmetikerin,
geprüfte Pharmareferentin
Von 1993 bis 2006 Mitarbeiterin bei einem
Naturkosmetikhersteller
Seit 15 Jahren eigene Praxis für ganzheitliche
Naturkosmetik.

Kontakt:

Hanserweg 3, 79331 Teningen
07641/932 08 69

Entspannung